Rubéola

O que é rubéola?

Rubéola (também conhecida como sarampo alemão ou "sarampo de três dias") é uma doença causada por um vírus que pode ser transmitido facilmente às pessoas que nunca contraíram a doença ou que não foram vacinadas contra ela. Os sintomas mais comuns são febre baixa, dores de cabeça, inchaço nos gânglios linfáticos (freqüentemente na parte posterior do pescoço) e uma erupção na pele que dura cerca de três dias. Cerca da metade das pessoas que contraem a doença não apresentam erupção na pele. Algumas pessoas (em especial mulheres) podem apresentar inchaço e dores nas articulações (juntas), mas estes sintomas não permanecem por muito tempo. A doença pode também causar inchaço do cérebro (encefalite), embora isto seja muito raro. Felizmente, graças à vacina contra rubéola, esta doença tornou-se muito rara nos Estados Unidos.

A rubéola é perigosa?

Embora seja geralmente uma doença branda, a rubéola pode ser muito perigosa se uma mulher não-imune contraí-la durante a gravidez. A rubéola pode causar defeitos de nascença, como deficiências de audição, cegueira, problemas cardíacos, retardo mental ou problemas ósseos em bebês, antes do nascimento. A rubéola pode também provocar abortos. Por isso, todas as mulheres que tencionam ter filhos devem fazer um exame de sangue para ter certeza que são imunes à rubéola e que não poderão contrair esta doença, mesmo se nasceram antes de 1957, quando a maioria das pessoas tinha rubéola em algum momento da vida.

Como a rubéola é transmitida?

O vírus que provoca rubéola se desenvolve no nariz e na garganta e é disseminado pelo ar quando uma pessoa infectada espirra, tosse ou fala. As pessoas que estiverem próximas poderão então inalar o vírus. O vírus da rubéola também é transmitido ao tocarmos em lenços ou ao compartilharmos o copo de alguém com rubéola. As pessoas com rubéola podem transmitir a doença desde sete dias antes até sete dias depois do início do aparecimento das erupções na pele. Os primeiros sintomas começam cerca de 16 a 18 dias após a pessoa se expor ao vírus.

Quem pode contrair rubéola?

- Qualquer um que nunca teve rubéola ou nunca foi vacinado.
- Bebês com menos de doze meses de idade, porque são muito novos para ser vacinados.

Como se faz o diagnóstico de rubéola?

Como a rubéola pode ser parecida com várias outras doenças que causam erupções na pele, a única forma segura de saber se você contraiu rubéola é mediante um exame de sangue. Às vezes são feitos também exames de garganta e de urina.

Como você pode prevenir a rubéola?

Proteja seus filhos levando-os para ser vacinados quando eles tiverem 12 a 15 meses de idade e novamente às vésperas de entrarem no jardim de infância (*kindergarten*). A vacina contra rubéola é geralmente aplicada mediante uma injeção denominada MMR, que protege contra sarampo, caxumba e rubéola. Atualmente há um número muito menor de casos dessas três doenças porque as crianças recebem a vacina MMR.

Os regulamentos estaduais exigem que certos grupos sejam vacinados contra rubéola. Alguns profissionais da saúde, funcionários de creches (*day care*) e outros profissionais que cuidam de crianças, assim como todas as crianças em creches e na pré-escola necessitam receber uma dose da vacina contra rubéola, em geral aplicada como a vacina MMR combinada. Estudantes no jardim de infância, na 1ª à 12ª séries e em faculdades/universidades necessitam também receber uma dose da vacina contra caxumba, mas geralmente costumam receber duas doses da vacina MMR para poder se matricular nas escolas. Em todos os grupos, esta exigência pode ser cumprida por um exame de sangue que comprove imunidade à doença.

As mulheres que planejam engravidar, mas não são imunes, deverão receber a vacina MMR pelo menos quatro semanas antes de engravidar.

A vacina MMR é segura?

Sim, é segura para a maioria das pessoas. Entretanto, as vacinas, como qualquer outro medicamento, podem causar efeitos colaterais em algumas pessoas. A vacina MMR pode provocar febre, erupções leves na pele, dores ou rigidez temporária nas articulações (juntas). Problemas mais graves, como convulsões, sangramentos ou reações alérgicas, são muito raros. É muito mais seguro tomar a vacina MMR que contrair rubéola, e a vacina não provoca problema algum para a maioria das pessoas.

Quem não deve tomar a vacina MMR?

- Pessoas que tiveram alergias sérias contra gelatina, contra um antibiótico chamado neomicina ou contra uma dose anterior da vacina.
- Gestantes ou mulheres que estão tentando engravidar nas próximas quatro semanas não devem tomar a vacina MMR até terem dado à luz seus bebês.
- Pessoas com câncer, HIV/AIDS ou outros problemas ou tratamentos que debilitam o sistema imune devem consultar seus médicos ou enfermeiros antes de ser vacinados.
- Pessoas que receberam recentemente transfusões de sangue ou de produtos do sangue devem consultar seus médicos ou enfermeiros antes de ser vacinados.
- Pessoas com febre alta não devem ser vacinadas antes de a febre baixar e os outros sintomas desaparecerem.

Os profissionais da saúde devem tomar cuidados especiais em relação à rubéola?

Sim. Profissionais da saúde não-imunes à rubéola podem inalar os vírus e transmiti-los a seus colegas de trabalho e pacientes. Os resultados poderão ser trágicos se um de seus contatos for uma gestante não-imune à doença. Por esta razão, é exigido que todos os profissionais da saúde expostos à rubéola e que não apresentam registro de terem sido vacinados contra rubéola ou cujos exames de sangue não demonstram imunidade à doença, que se afastem do trabalho do 7º até o 21º dia após terem se exposto à rubéola. Profissionais da saúde devem ter um comprovante de imunidade à rubéola, seja mediante vacinação ou por exame de sangue.

Onde posso obter mais informações?

- Com os médicos, enfermeiros ou clínicas médicas que o atendem, ou ainda na secretaria municipal de saúde (board of health), listada no catálogo telefônico sob o item governo local (local government).
- O Programa de Imunização (Immunization Program) do Departamento de Saúde Pública de Massachusetts, pelo telefone (617) 983-6800 ou pelo telefone gratuito (888) 658-2850 ou na página do MDPH, www.mass.gov/dph.

Escritório Regional do Nordeste	Tewksbury	(978) 851-7261
Escritório Regional Central	West Boylston	(508) 792-7880
Escritório Regional do Sudeste	Taunton	(508) 977-3709
Escritório Regional Metro/Boston*	Jamaica Plain	(617) 983-6860
Escritório Regional do Oeste	Amherst	(413) 545-6600

*Os residentes e profissionais da saúde de Boston podem também ligar para a Comissão de Saúde Pública de Boston (Boston Public Health Commission), pelo telefone (617) 534-5611.

Telefones de Informações Nacionais de Imunização dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças

- Inglês: 1-800-232-2522 ou Espanhol: 1-800-232-0233 (de segunda a sexta-feira, das 8 às 23 horas)
- TTY: 1-800-243-7889 (de segunda a sexta-feira, das 10 às 22 horas)